

Утверждаю

Заведующий  
Детский сад № 62  
/Уварова В.Б./

# МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	2,6	3,9	15,9	109	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
<b>Итого</b>			<b>348</b>	<b>4,3</b>	<b>8,2</b>	<b>32,1</b>	<b>220</b>	<b>0,3</b>
<b>Обед</b>								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	150	4,7	5,3	23	162	2,7
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	9,9	9,2	157	0,4
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,5	4,3	16,3	113	4
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>16,9</b>	<b>19,8</b>	<b>67</b>	<b>516</b>	<b>7,1</b>
<b>Полдник</b>								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>6</b>	<b>4,2</b>	<b>46,6</b>	<b>247</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>27,2</b>	<b>32,2</b>	<b>145,7</b>	<b>983</b>	<b>9</b>

Медицинская сестра

*В.И.*

Волкова А.И.

2026.03.25  
10:00  
10:00

Утверждаю

Заведующий  
 Детский сад № 62  
 /Уварова В.Б./



# МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	3,8	4,5	22,3	146	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		9,4	38	0
<b>Итого</b>			<b>439</b>	<b>5,4</b>	<b>14,6</b>	<b>40,7</b>	<b>316</b>	
<b>Обед</b>								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	200	7,9	6,8	32,8	227	3,6
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	19,7	5	0,6	127	12,6
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	5,4	20,3	141	5
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
<b>Итого</b>			<b>659</b>	<b>33,3</b>	<b>17,5</b>	<b>78</b>	<b>605</b>	<b>21,2</b>
<b>Полдник</b>								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,6	3,5	14,4	104	0,4
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>7</b>	<b>3,8</b>	<b>61,6</b>	<b>309</b>	
<b>Всего</b>				<b>45,7</b>	<b>35,9</b>	<b>180,3</b>	<b>1230</b>	<b>22</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова А.И.